



Homme-training



Stéphane, Renaud, Gilles sont des « Nouveaux guerriers », des hommes qui, le temps d'un week-end, ont suivi des rites d'initiation pour explorer les territoires de leur masculinité. **Regards croisés** sur ces conquérants de l'intime.

PAR **CHRISTIAN KRUMB**

Lorsque Renaud s'est inscrit, il ne savait rien de ce qui l'attendait. Et pour cause : la fraternité des Nouveaux guerriers, émanation européenne du Mankind Project¹ se révèle douée pour le secret. Elle coopte ses membres et ses rituels initiatiques sont calqués sur ceux qui permettaient aux garçons de passer à l'âge d'homme dans certaines tribus amérindiennes. Ces stages respectent la structure traditionnelle en trois phases : séparation, transmission et intégration. Dans les tribus primitives, l'initiation correspondait à la nécessité de former des guerriers capables d'assurer la survie du clan. Elle répond aujourd'hui à d'autres enjeux, dont la création de liens de fraternité entre les hommes dans un monde individualiste et standardisé. « Quelques jours avant le Jour J, se souvient Renaud, 36 ans, comptable originaire d'Annecy, j'avais reçu une

feuille de route avec des instructions concernant le matériel à apporter, les repas à prévoir, les vêtements... Rien de plus. » Après des heures de route à travers la forêt et la montagne, il arrive « au milieu de nulle part, dans un lieu absolument inconnu de mon GPS. Je me suis senti comme déboussolé et je me suis demandé si je n'étais pas en train de faire une connerie. Je ne le savais pas encore, mais l'aventure avait déjà commencé. »

ACTE I

Perdre ses repères

Comme tout rite initiatique traditionnel, le processus commence par une phase dite de « séparation ». Avant de pénétrer dans l'espace de l'initiation proprement dit, les participants traversent une sorte de sas où il leur est demandé de se délester de tout ce qui les rattache à leur univers habituel (papiers, bijoux, montre, argent, téléphone portable) pour ne garder que le strict nécessaire. Accepter de perdre ses repères et de se plier au cadre imposé par le processus constitue pour certains le premier défi. « Lâcher mes cigarettes, ok. Mes papiers d'identité, ma carte bleue, passe encore. Mais mon téléphone, alors là, c'était trop, poursuit Renaud. J'ai essayé de négocier, comme je le fais toujours quand je suis confronté à la loi, histoire de me donner l'illusion que je reste maître de la situation. Rien à faire. Je suis entré dans une fureur terrible. J'étais prêt à >>>

>>> tout casser ! » Tant de colère pour un portable ? « Pour certains hommes, se retrouver face à des limites imposées par d'autres mâles bien décidés à les faire respecter est une épreuve en soi. C'est notamment pour se pacifier qu'ils viennent ici... », répond Olivier, habitué des stages des Nouveaux guerriers. Sans plus aucun repère de temps ni d'espace, la deuxième phase de l'initiation peut commencer, appelée la « quête du héros ». « C'était comme embarquer pour un grand voyage dont je ne connaissais pas la destination », raconte Pascal, 49 ans, musicien.

ACTE II

La quête du héros

Les exercices s'enchaînent à un rythme soutenu, tantôt en intérieur tantôt en extérieur, de l'aube jusque tard dans la nuit, avec, à chaque fois, un nouveau défi à relever. « Tout processus de transformation nous demande de nous dépasser, dit Christophe, 50 ans, luthier, porte-parole du centre francophone

du Mankind Project. » Mais rien n'est imposé et surtout aucune violence n'est exercée, tant sur le plan psychique que physique. « Il ne s'agit en rien d'un entraînement paramilitaire comme on pouvait en voir chez les *marines* américains, par exemple, où l'on exhortait les soldats à tuer l'enfant et la femme en eux. Ici, on demande aux hommes de respecter leurs limites », continue Christophe. À mesure que le processus avance, les vernis craquent, les masques tombent. « Le plus beau moment, c'est quand j'ai pu enfin lâcher le contrôle, raconte Stéphane, Parisien, 38 ans, coach. C'était dans un exercice où il s'agissait d'entrer en contact avec son "homme sauvage" intérieur. Au début, je souriais en douce de voir les autres pousser des cris. Et puis peu à peu, je me suis laissé prendre au jeu. Pour la première fois de ma vie, je suis vraiment "descendu" dans mon corps, dans mon bassin, dans mes couilles. J'ai senti toute l'énergie

Le vrai guerrier que l'on honore dans ces stages est celui qui sait affronter ses peurs.

brute, primaire, animale qui était en moi et que je retenais en serrant les dents. De pouvoir exprimer ma puissance refoulée sans peur du ridicule a été très libérateur pour moi. Depuis, mes rapports avec les femmes n'ont plus jamais été les mêmes. »

ACTE III

Se défier soi-même

S'il s'effectue en groupe, le voyage est avant tout personnel et intérieur, à la rencontre de sa part d'ombre et de lumière. Le challenge est parfois physique mais il est surtout d'ordre émotionnel. « Je m'attendais à ce qu'on me demande de patauger dans la boue, de traverser des précipices. Rien de tout cela ne m'effrayait, se souvient Renaud, grand, costaud et adepte des sports de haute montagne. Mais quand il a fallu que je soutienne en silence le regard d'un homme assis en face de moi, alors là, j'ai perdu tous mes moyens. Je me sentais comme mis à nu : insupportable. »

Si le processus ne saurait être assimilé à une psychothérapie, c'est un espace de guérison possible. Le vrai guerrier valeureux qu'on honore ici est celui qui sait affronter sa peur. Pendant les premières heures, Gilles se souvient que la sienne était si forte qu'il en était physiquement malade, au point de penser abandonner. « Mais pour une fois, j'ai tenu bon, raconte-t-il, et à un moment donné, lors d'une prise de parole, alors que les regards étaient braqués sur moi, quelque chose a basculé. Moi qui ne montre jamais mes émotions, j'ai

Le souffle du désert

Prenez treize hommes, en colère, insatisfaits de leur vie et faites les marcher pendant près de quinze jours en plein désert du grand erg oriental, en Tunisie, et qu'obtenez-vous ? Sous la guidance du psychothérapeute suisse Alexis Burger, une mise à nu. Métaphorique et littérale. Après avoir exploré ce qui constitue leur « identité masculine » (rôle du père, relations aux femmes, sexualité, pouvoir...), chaque participant tombe le caleçon devant le reste du groupe. C'est à la fois émouvant, joyeux et, pour certains, salutaire. Un film relate cette décapante expérience : *Le Souffle du désert*, réalisé par François Kohler. Disponible en DVD et présenté au cinéma Les 3 Luxembourg, le 10 juin à 20h. info@lesouffledudésert.com Dans une démarche similaire, le réseau hommes fondé par le psychanalyste Guy Corneau réunit des groupes de réflexion. www.reseauhommesc.com



... Nicolas
Hulot

fondue en larmes. Mon mal de ventre a disparu aussitôt. D'avoir pu dévoiler mes blessures à d'autres hommes m'a procuré un immense soulagement.» Le processus d'initiation ne s'arrête pas le dimanche soir, quand chacun reprend sa vie de tous les jours. Il entre en fait dans sa phase ultime : l'«intégration». Si certains décident d'en rester là, estimant qu'ils ont eu leur compte, d'autres décident de prolonger l'expérience par un travail sur eux-mêmes. Car il n'y a pas de miracle, tout processus de transformation exige un engagement à long terme.

ACTE IV

Assumer ses choix

«La tentation après un week-end comme cela est de vouloir tout chambouler, explique Christophe. On conseille aux hommes d'attendre quelques semaines avant de prendre des décisions radicales.» Julien se souvient que, dans les jours qui ont suivi son retour, tout s'est débloqué. «La vie n'était pas plus facile, mais j'étais enfin capable d'assumer mes choix. Trois mois après le stage, j'avais déménagé, je m'étais installé au bord de la mer (mon rêve), j'avais créé mon activité indépendante. Et, surtout, la relation avec ma femme s'était apaisée. Je suis devenu le papa comblé d'un deuxième enfant.» Gilles, lui a retrouvé une sérénité qu'il craignait avoir perdue à jamais : «J'ai pu commencer un travail de pardon envers ceux qui m'avaient fait du mal dans le passé, en particulier envers l'homme qui m'a transmis le sida.» Pour lui, comme pour ceux qu'elle a bouleversés, l'aventure des Nouveaux guerriers est désormais celle de toute une vie.

1. *Mankind Project-Europe organise en France «L'Aventure initiatique des nouveaux guerriers», séminaire de développement personnel destiné aux hommes. <http://france.mkp.org/>*

« J'ai renoncé à devenir adulte »

«Curieusement, je ne me sens toujours pas adulte. À l'intérieur de moi, j'ai l'impression de ne pas avoir évolué. J'ai toujours une spontanéité à rigoler de tout et de rien, je lis des BD tous les soirs, j'adore faire des blagues, je me sens léger, même sur des sujets graves. J'ai tenté un jour de devenir adulte et j'y ai définitivement renoncé. Je n'arrive pas à épouser les codes de l'adulte, tant ceux d'ordre vestimentaire que le sérieux que l'on a de soi-même. J'essaie de conserver ce qui m'a plu dans l'adolescence. Je n'ai pas l'impression d'avoir mon âge, et pourtant, quand je déroule ma vie, j'ai la sensation qu'elle a commencé hier, mais que j'en ai déjà vécu mille. **Tous les jours, je me dis que c'est dingue** ce que je suis en train de vivre. C'est passionnant, excitant et inquiétant. Il y a des choses que j'ai très clairement héritées de mon père : le goût du voyage, la curiosité des autres... Il a été chercheur d'or. Ce n'est pas une légende ! Mais ça n'a duré que quelques années durant l'après-guerre, lorsque toute une génération cherchait à s'enivrer. Mon père m'a aussi appris la tolérance. J'ai beaucoup entendu dire qu'il était à l'aise dans tous les milieux. Je ne l'ai pas assez connu, mais des personnes dont il était proche m'ont parlé de lui. Il est mort quand j'avais 14 ans. Dans des conditions très difficiles, malade, à l'hôpital, dans un abandon presque total. J'allais le voir, seul. Ce sont des choses que l'on ne comprend pas lorsqu'on est très jeune. Mais voilà, je n'avais pas le choix. J'appartenais à une génération de silence, de non-dit.

Extrait de Psychologies Magazine, janvier 2007.